

HORARIO DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS

DESDE 13 DE ENERO
EN ACTIVACLUB JEREZ

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
06:00	06:30 - 07:15 WALKING & CYCLING FUSION SALA 4	06:30 - 07:15 BODY ACTIVA SYSTEM SALA 5	06:30 - 07:15 HBX SALA FUNCIONAL	06:30 - 07:15 BODYPUMP SALA 5	06:30 - 07:15 WALKING & CYCLING FUSION SALA 4		
	06:30 - 07:15 HYROX BOX		06:30 - 07:15 HYROX BOX				
07:00	07:30 - 08:30 ACTIVACROSS WOD BOX	07:30 - 08:15 ACTIVA RUN PLAZA ACCESO	07:30 - 08:15 GAP SALA 5	07:30 - 08:15 ACTIVA RUN PLAZA ACCESO	07:30 - 08:30 ACTIVACROSS WOD BOX		
	07:30 - 08:15 BODY ACTIVA SYSTEM SALA 5	07:30 - 08:30 ACTIVACROSS WOD BOX	07:30 - 08:30 ACTIVACROSS WOD BOX	07:30 - 08:30 ACTIVACROSS WOD BOX	07:30 - 08:15 BODY ACTIVA SYSTEM SALA 5		
08:00	08:30 - 09:15 PILATES SALA 3	08:30 - 09:15 WALKING & CYCLING FUSION SALA 4	08:30 - 09:15 BODY ACTIVA SYSTEM SALA 5	08:30 - 08:55 ACTIVA CORE SALA 5	08:30 - 09:15 WALKING & CYCLING FUSION SALA 4	08:30 - 09:30 ACTIVACROSS WOD BOX	
	08:30 - 09:30 ACTIVACROSS WOD BOX	08:30 - 08:55 HIIT SALA 5	08:30 - 09:15 ESPALDA SANA SALA 3	08:30 - 09:15 WALKING & CYCLING FUSION SALA 4	08:30 - 09:15 ESPALDA SANA SALA 3		
	08:30 - 09:15 WALKING & CYCLING FUSION SALA 4	08:30 - 09:15 HYROX BOX	08:30 - 09:30 ACTIVACROSS GYMNASTICS BOX	08:30 - 09:30 ACTIVACROSS WOD BOX	08:30 - 09:30 ACTIVACROSS WOD BOX		
09:30 - 10:15 PILATES SALA 3	09:00 - 09:25 ACTIVA CORE SALA 5	09:30 - 10:15 PILATES SALA 3	09:00 - 09:25 HIIT SALA 5	09:30 - 10:15 PILATES SALA 3	09:30 - 10:15 ESPALDA SANA SALA 3	09:30 - 10:15 PILATES SALA 3	

09:00

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
09:30 - 10:15 ACTIVA FUNCIONAL SALA 5	09:30 - 10:15 YOGA SALA 3	09:30 - 10:15 ACTIVA FUNCIONAL SALA 5	09:30 - 10:15 YOGA SALA 3	09:30 - 10:15 ACTIVA RUN PLAZAACCESO	09:30 - 10:15 HYROX BOX	09:30 - 10:30 EGYM SHOWROOM SALA FITNESS
09:30 - 10:15 ACTIVA RUN PLAZAACCESO	09:30 - 10:30 ACTIVACROSS WOD BOX	09:30 - 10:15 ACTIVA RUN PLAZAACCESO	09:30 - 10:15 WALKING & CYCLING FUSION SALA 4	09:30 - 10:15 AQUAGYM PISCINA	09:30 - 10:30 EGYM SHOWROOM SALA FITNESS	
09:30 - 10:15 AQUAGYM PISCINA	09:30 - 10:15 WALKING & CYCLING FUSION SALA 4	09:30 - 10:15 WALKING & CYCLING FUSION SALA 4	09:30 - 10:15 BODY ACTIVA SYSTEM SALA 5	09:30 - 10:15 WALKING & CYCLING FUSION SALA 4		
09:30 - 10:15 WALKING & CYCLING FUSION SALA 4	09:30 - 10:15 BODY ACTIVA SYSTEM SALA 5	09:30 - 10:30 ACTIVACROSS WOD BOX	09:30 - 10:15 AQUACOMBAT PISCINA	09:30 - 10:15 HYROX BOX		
09:30 - 10:15 HYROX BOX	09:30 - 10:15 AQUACOMBAT PISCINA	09:30 - 10:15 AQUAGYM PISCINA	09:30 - 10:30 ACTIVACROSS GYMNASTICS BOX	09:30 - 10:15 STEP SALA 5		
				09:30 - 10:30 EGYM SHOWROOM SALA FITNESS		
10:30 - 11:15 GAP SALA 5	10:30 - 11:15 PILATES SALA 3	10:30 - 11:15 BODYPUMP SALA 5	10:30 - 11:15 PILATES SALA 3	10:30 - 11:15 BODYBALANCE SALA 3	10:30 - 11:15 BODYPUMP SALA 5	10:30 - 11:15 WALKING & CYCLING FUSION SALA 4
10:30 - 11:15 BODYBALANCE SALA 3	10:30 - 11:15 BODYCOMBAT SALA 5	10:30 - 11:15 BODYBALANCE SALA 3	10:30 - 11:15 BODYCOMBAT SALA 5	10:30 - 11:30 ACTIVACROSS WOD BOX	10:30 - 11:30 ACTIVACROSS WOD BOX	10:30 - 11:15 AQUACOMBAT PISCINA
10:30 - 11:15 WALKING & CYCLING FUSION SALA 4	10:30 - 11:15 AQUAWORK PISCINA	10:30 - 11:15 AQUAWORK PISCINA				

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
10:00	10:30 - 11:30 ACTIVACROSS WOD BOX	10:30 - 11:30 ACTIVACROSS WOD BOX	10:30 - 11:15 HYROX BOX	10:30 - 11:30 ACTIVACROSS WOD BOX	10:30 - 11:15 HBX SALA FUNCIONAL		
	10:30 - 11:15 HBX SALA FUNCIONAL	10:30 - 11:00 STRECHING POOL PISCINA	10:30 - 11:15 AQUAWORK PISCINA	10:30 - 11:00 STRECHING POOL PISCINA	10:30 - 11:15 GLUTEBOOM SALA 5		
	10:30 - 11:15 AQUAWORK PISCINA						
	11:30 - 12:15 BODYPUMP SALA 5	11:30 - 12:15 AQUAGYM PISCINA	11:30 - 12:15 PILATES SALA 3	11:30 - 12:15 AQUAGYM PISCINA	11:30 - 12:15 BODYPUMP SALA 5	11:30 - 12:15 WALKING & CYCLING FUSION SALA 4	11:30 - 12:15 BODY ACTIVA SYSTEM SALA 5
11:00	11:30 - 12:15 YOGA SALA 3	11:30 - 12:15 ZUMBA SALA 5	11:30 - 12:15 GLUTEBOOM SALA 5	11:30 - 12:15 ESPALDA SANA SALA 3	11:30 - 12:15 YOGA SALA 3		
		11:30 - 12:15 ESPALDA SANA SALA 3		11:30 - 12:15 ZUMBA SALA 5			
	12:30 - 13:15 ESPALDA SANA SALA 3	12:30 - 13:15 YOGA SALA 3	12:30 - 13:15 ESPALDA SANA SALA 3	12:30 - 13:15 YOGA SALA 3	12:30 - 13:15 ESPALDA SANA SALA 3		
12:00		12:30 - 13:20 BULERÍAS SALA 3		12:30 - 13:20 BULERÍAS SALA 3			
16:00	16:30 - 17:15 BODY ACTIVA SYSTEM SALA 5		16:30 - 17:15 PILATES SALA 3				

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
	17:00 - 18:00 ACTIVACROSS WOD BOX						
17:00	17:30 - 18:15 BODYPUMP SALA 5	17:30 - 18:15 YOGA SALA 3	17:30 - 18:15 BODYPUMP SALA 5	17:30 - 18:15 ACTIVA FUNCIONAL SALA 5	17:30 - 18:15 PILATES SALA 3		
	17:30 - 18:15 PILATES SALA 3	17:30 - 18:15 BODY ACTIVA SYSTEM SALA 5	17:30 - 18:15 ESPALDA SANA SALA 3	17:30 - 18:15 ESPALDA SANA SALA 3	17:30 - 18:15 GLUTEBOOM SALA 5		
	18:00 - 19:00 ACTIVACROSS GYMNASTICS BOX	18:00 - 19:00 ACTIVACROSS WOD BOX	18:00 - 19:00 ACTIVACROSS WOD BOX	18:00 - 18:45 HYROX BOX	18:00 - 19:00 ACTIVACROSS WOD BOX	18:00 - 19:00 EGYM SHOWROOM SALA FITNESS	18:00 - 19:00 EGYM SHOWROOM SALA FITNESS
	18:30 - 19:15 WALKING & CYCLING FUSION SALA 4	18:30 - 19:15 GAP SALA 5	18:30 - 19:15 PILATES SALA 3	18:30 - 19:15 YOGA SALA 3	18:00 - 19:00 EGYM SHOWROOM SALA FITNESS	18:30 - 19:15 AQUACOMBAT PISCINA	18:30 - 19:15 AQUAWORK PISCINA
18:00	18:30 - 19:15 ZUMBA SALA 5	18:30 - 19:15 WALKING & CYCLING FUSION SALA 4					
	18:30 - 19:15 BODYBALANCE SALA 3	18:30 - 19:15 BODYBALANCE SALA 3	18:30 - 19:15 GLUTEBOOM SALA 5	18:30 - 19:15 STEP SALA 5	18:30 - 19:15 ZUMBA SALA 5		
				18:30 - 19:15 HBX SALA FUNCIONAL	18:30 - 19:15 BODYBALANCE SALA 3		
	19:00 - 20:00 ACTIVACROSS WOD BOX	19:00 - 20:00 ACTIVACROSS WOD BOX	19:00 - 19:45 AQUAGYM PISCINA	19:00 - 20:00 ACTIVACROSS WEIGHTLIFTIN BOX	19:00 - 20:00 ACTIVACROSS WOD BOX		

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
-------	--------	-----------	--------	---------	--------	---------

19:00 - 19:45 AQUAWORK PISCINA	19:00 - 19:45 AQUACOMBAT PISCINA	19:00 - 19:45 HYROX BOX	19:00 - 19:45 AQUACOMBAT PISCINA	19:00 - 19:45 AQUAWORK PISCINA		
--------------------------------------	--	-------------------------------	--	--------------------------------------	--	--

19:30 - 20:15 GAP SALA 5	19:30 - 20:15 PILATES SALA 3	19:30 - 20:15 YOGA SALA 3	19:30 - 20:15 PILATES SALA 3	19:30 - 20:15 BODYPUMP SALA 5		
--------------------------------	------------------------------------	---------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	--	--

19:00

19:30 - 20:15 PILATES SALA 3	19:30 - 20:15 WALKING & CYCLING FUSION SALA 4	19:30 - 20:15 ZUMBA SALA 5	19:30 - 20:15 BODYCOMBAT SALA 5			
------------------------------------	---	----------------------------------	---------------------------------------	--	--	--

19:30 - 20:15 WALKING & CYCLING FUSION SALA 4	19:30 - 20:15 STEP SALA 5	19:30 - 20:15 WALKING & CYCLING FUSION SALA 4	19:30 - 20:15 WALKING & CYCLING FUSION SALA 4			
---	---------------------------------	---	---	--	--	--

19:30 - 20:15 HBX SALA FUNCIONAL

20:00 - 21:00 ACTIVACROSS WOD BOX	20:00 - 20:45 ACTIVA RUN PLAZA ACCESO	20:00 - 21:00 ACTIVACROSS WOD BOX	20:00 - 20:45 ACTIVA RUN PLAZA ACCESO	20:00 - 20:30 STRECHING POOL PISCINA		
--	---	--	---	---	--	--

20:00 - 20:30 STRECHING POOL PISCINA	20:00 - 20:45 HYROX BOX	20:00 - 20:30 STRECHING POOL PISCINA	20:00 - 20:45 AQUAGYM PISCINA			
---	-------------------------------	---	-------------------------------------	--	--	--

20:00

20:30 - 21:20 BULERÍAS SALA 3	20:00 - 20:45 AQUAWORK PISCINA	20:30 - 21:15 ACTIVA FUNCIONAL SALA 5	20:00 - 21:00 ACTIVACROSS WOD BOX			
-------------------------------------	--------------------------------------	--	--	--	--	--

20:30 - 21:15 WALKING & CYCLING FUSION SALA 4	20:30 - 21:15 BODYPUMP SALA 5		20:30 - 21:15 BODYPUMP SALA 5			
---	-------------------------------------	--	-------------------------------------	--	--	--

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO

21:00 - 21:45
HYROX
BOX

21:00 - 22:00
ACTIVACROSS
WOD
BOX

21:00 - 21:50
BULERÍAS
SALA 3

21:00 - 22:00
ACTIVACROSS
WOD
BOX

21:00

21:00 - 22:00
ACTIVACROSS
GYMNASTICS
BOX